■子どもを連れて避難するときのポイント

子どもを連れての避難は、荷物が多い上、道路にはがれきやガラスが散乱していたり、でこぼこになっていたりして想像以上に大変です。

あらかじめ荷物をまとめておくこと、なるべく荷物を軽く持ちやすくしておくことがポイントです。

■心得

□**首が据わっていない赤ちゃん**…抱っこ用のたすきやスカーフなどでしっかり固定

□**首が据わっている赤ちゃん**…おんぶひもでおんぶします

□**歩ける子ども**…連絡先などを書いた名札をつけます

■いざ！というとき、わが子を危険から守る方法とは…だんご虫のポーズ

□普段の遊びの中にだんご虫のポーズを入れておく

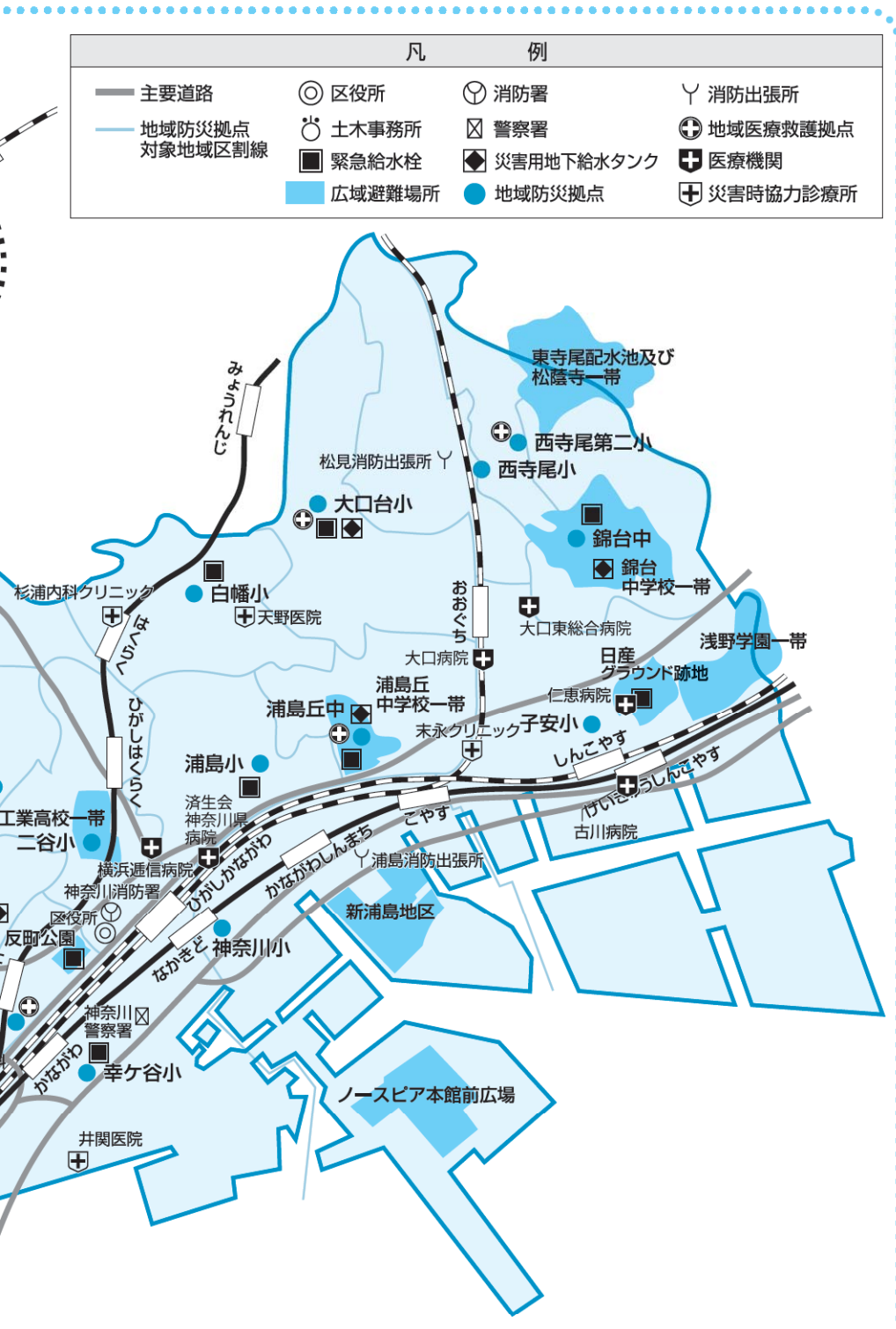
□丸くなって両手で頭を覆い、頭から2～3㎝ぐらいの隙間を空けておく

□親は子どもの頭をお腹に包むように身を丸くして、揺れが収まるのを待つ

□子どもは親のお腹に頭をくっつける

だんご虫のポーズ

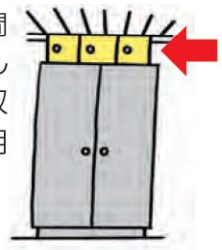
◎市立小・中学校では、市域のいずれかで震度5強以上の地震が観測されたとき、保護者が迎えに来るまで児童生徒を学校で待機させておくこととしました。



家具の転倒防止

家具は転倒防止器具などでしっかりと固定し、寝る場所や居間にはできるだけ大きな家具は置かないようにしましょう。また、窓ガラスや食器棚などのガラス戸にはガラス飛散防止フィルムを貼るなどの対策をとりましょう。

□**家具転倒防止収納ユニット**…家具と天井の間を埋めて固定します。普段は収納としても活用できます。



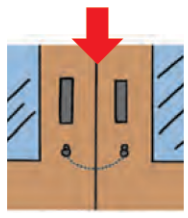
□**ストッパー式転倒防止器具**…家具を傾けて下部の隙間にストッパーを入れて固定します。

□**ポール式器具（突っ張り棒）**…家具と天井の間に入れて固定します。家具の両端の奥に設置することが重要です。また、天井に家具と同様の大きさの板を挟み、器具を使用することで効果が上がります（ただし、柔らかいベニヤ板などの天井には不向きです）。

□**粘着マット・粘着ベルト**…大地震のときは、テレビが飛んだり、冷蔵庫が倒れたりします。これらは、粘着マットや粘着ベルトなどでしっかり固定します。

□**ガラス飛散防止フィルム**…大地震により、食器棚のガラス扉が割れて食器が飛び出したり、窓が割れると大変危険です。ガラス面には飛散防止フィルムを貼りましょう。

□**扉開き防止器具**…食器棚やキッチンのつり戸棚、シンク下の扉などに取り付けることで、食器などの収納物の飛び出しや落下を防ぎます。



ライフライン（電気・ガス）について

地震などの災害発生時は、一時的に電気・ガスなどのライフライン機能が使用できない可能性があります。普段から災害時の備えを意識しましょう。詳しい対応については、次ページの連絡先でご確認ください。

■電気

□地震で怖いのは火事。地震が収まったら使用中の電気製品のスイッチは必ず切りましょう。特にアイロン、ヘアードライヤー、トースターなどの熱器具は、すぐにプラグをコンセントから抜きましょう。

□避難する際は、分電盤のブレーカーを切っておくと、電気の消し忘れによる事故を防ぐことができ、より安全です。

□停電時に照明代わりとして、ろうそくなどを使用する際には、火災に注意してください。また、暖房や調理のため室内で練炭や炭を燃料とした七輪などを使用することは極力避け、やむを得ず使用する場合は一酸化炭素中毒防止のため、定期的に十分な換気を行ってください。

■ガス

震度5相当以上の地震発生などの非常時には安全装置が作動し、各家庭のマイコンメーターがガスを遮断します。ガスが使用できない場合は、ガスメーターに添付の取扱説明書などを参考に、点検・対応をお願いします。

□大地震の発生時には、まず身の安全を確保し、揺れが止まってからマイコンメーターを復旧させてください。

操作方法

①ガス器具を止める

②復帰ボタンを2秒押し込んでから離す

③赤ランプ点灯後、点滅が始まる

④3分後点滅が消えたら、ガスが使える

□大地震の後、ガス器具の故障やガス配管の破損によるガス漏れがないか注意してください。

□万一、ガスの匂いを感じたときは、ガスの元栓を閉め、すぐガス会社に連絡してください。

黒いキャップを外して、復帰ボタンを操作します